

# **UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

## **ESCUELA DE POSTGRADO**

### **TESIS**

**“EL ESTRÉS LABORAL DE LOS DOCENTES Y SU  
REPERCUSIÓN EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE LA  
I.E. N° 0152 JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI DE SJL -2012”**

**OPTAR EL GRADO DE:  
MAGISTER EN EDUCACIÓN**

**CON MENCIÓN EN ADMINISTRACIÓN DE LA EDUCACIÓN**

#### **AUTORES:**

**Br. MARIBEL NIVARDA DEL RIO MAIZONDO.  
Br. DELIA MENDOZA LÓPEZ.**

#### **ASESOR:**

**Mgtr. VÍCTOR MANUEL MIGUEL DE PRIEGO CARBAJAL**

**LIMA – PERÚ**

**2013**

## DEDICATORIA

A Dios y a la Virgen del Rosario que  
están siempre a mi lado iluminando  
mi camino

A mis padres, en especial a mi  
querida y adorada madre por  
brindarme su amor incomparable y  
estar junto a mí en los momentos  
de alegría y tristeza, gracias  
mamita Eugenia, todo lo que soy  
te lo debo a ti

A mis dos tesoros Milagros y Kheller  
que son el motor de mi vida y a mí  
querido esposo por su amor, apoyo y  
comprensión

A mis queridos hermanos: Guido,  
Laura y Lizbet, a quienes los quiero  
tanto. Que la unión entre nosotros  
perdure por siempre.

Delia

A mis padres aunque no estén  
aquí, sé que iluminan y guían  
mi camino.

A mis queridos hijos Alexandra  
y Ricardo que son mi razón de  
vivir.

A mi esposo por su apoyo  
incondicional.

A Alcirita que es la persona  
que siempre me estimula a  
seguir superándome.

Maribel

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, por habernos permitido llegar hasta aquí, fortaleciendo nuestros corazones e iluminando nuestras mentes. A nuestras familias por su cariño y apoyo constante e incondicional; cuya motivación fue esencial para llevar a cabo esta investigación y concretar uno de nuestros principales objetivos profesionales. Al Mg. Víctor Manuel Miguel de Priego Carbajal por su apoyo y asesoramiento. A Cinthia Granados por su contribución y paciencia; de igual manera a todos los profesores de la I.E José Carlos Mariátegui por su colaboración para concretar nuestro trabajo.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del jurado:

Dando cumplimiento a las normas establecidas en el reglamento de grados y títulos para obtener el grado de magister en Administración de la Educación en la Universidad Privada “César Vallejo” ponemos a su consideración la presente tesis titulada “El estrés laboral de los docentes y su repercusión en el aprendizaje significativo de la I.E N° 0152 “José Carlos Mariátegui” - de SJL 2012”. El documento consta de cuatro capítulos:

Capítulo i : Problema de investigación

Capítulo ii : Marco teórico

Capítulo iii : Metodología

Capítulo iv : Resultados

Esperando que la presente brinde aportes a las futuras investigaciones, afín de disminuir el estrés en los docentes en las diferentes Instituciones Educativas. Señores miembros del jurado, esperamos que esta investigación cumpla con las exigencias establecidas por esta prestigiosa casa de estudios y sea aprobada.

Las autoras.

## RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo, describir de qué manera afecta el estrés a los docentes de educación primaria de la I.E N° 0152 “José Carlos Mariátegui” - de SJL 2012. Estrés laboral tiene que ver con la salud laboral de los docentes es un tema relevante, dado que la educación es una prestación imprescindible en la sociedad del conocimiento; y un profesor con estrés entrega un mal servicio a sus estudiantes afectando directamente al proceso de enseñanza-aprendizaje.

El estudio es de tipo descriptivo correlacional con las variables de estudio que son: Estrés laboral y el aprendizaje significativo, que tiene como objetivo general: Describir cómo afecta el estrés en los docentes de educación primaria con experiencia laboral igual o mayor a cinco años deservicios en la “I.E. N° 0152 JCM” del distrito de S.J.LLa población de estudio estuvo conformada por 60 docentes, la muestra por 50 docentes.

Desde un enfoque mixto (cuantitativo-cualitativo). Para recoger la información se aplicó la encuesta para estrés laboral fueron 27 ítems y para el aprendizaje significativo fueron 27 ítems; la validación del instrumento fue realizada por juicio de expertos.Los resultados de esta investigación muestran que existe relación significativa entre el estrés docente y el aprendizaje.

**Palabras claves:** Estrés, aprendizaje significativo, cansancio, depresión.

## **ABSTRACT**

This work aims to: Describe how stress affects the primary teachers of I.E N ° 0152 "José Carlos Mariátegui" - SJL 2012 . Job stress has to do with the occupational health of teachers is an important issue, since education is an essential provision in the knowledge society, and stress a teacher with poor service delivery to students directly affecting the teaching-learning.

The study is a descriptive correlational study variables are: Work stress and meaningful learning, which has the general objective: Describe how stress affects primary school teachers with experience equal to or greater than five years of service in "IE N° 0152 JCM "SJL District The study population consisted of 60 teachers, the sample of 50 teachers.

From a mixed approach (quantitative and qualitative). To collect the information was applied to occupational stress survey were 27 items and for meaningful learning were 27 items, the validation of the instrument was performed by expert judgment. The results of this research show that there is significant relationship between stress teaching and learning.

**Keywords:** Stress, meaningful learning, fatigue, depression

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, los docentes están sometidos a una serie de cambios impulsados por las reformas educativas y las transformaciones de orden social, económico, científico y tecnológico. En la sociedad cambiante el docente sufre una pérdida de reconocimiento, debido en gran parte a la desvalorización de su profesión, los docentes que tienen un contacto directo con los estudiantes; el estrés de los docentes es un tema muy poco investigado en nuestro país, por lo cual hemos tenido dificultad en hallar material de información para esta investigación.

El Ministerio de Educación y el Sutep son los encargados de velar por la mejora de las condiciones de trabajo de los docentes, es importante analizar el tema porque el desempeño profesional del docente, va a ser eficiente en la medida que las condiciones se han las más idóneas para el desarrollo de su trabajo, y el tipo de relación del docente con su entorno sean las adecuadas para su bienestar tanto físico como mental.

Lo que nos motivó a desarrollar este trabajo de investigación fueron circunstancias personales; ya que en nuestra experiencia como docentes en la Institución Educativa estatal, en los últimos años estamos sometidos a una fuerte presión laboral por los constantes cambios en la política educativa en los diferentes periodos de gobierno. En cuanto al ámbito de las relaciones humanas vemos como suelen desencadenarse situaciones conflictivas, también es motivo estresante, estudiantes con problemas de aprendizaje y conducta, la falta de apoyo por parte de los padres de familia, las bajas remuneraciones, infraestructura inadecuada, etcétera.

En consecuencia nos hemos visto en la necesidad de desarrollar el presente trabajo, cuyo objetivo principal es detectar de qué manera el estrés influye en el aprendizaje. En este contexto, la presente investigación aborda un fenómeno emergente en el ambiente laboral, denominado estrés laboral. Este síndrome ha sido definido como una respuesta al estrés laboral e institucional que se da en profesionales que mantienen contacto constante y directo con las



personas que son beneficiarias de este tipo de trabajo y en que la relación es de ayuda o servicio.

Los síntomas más característicos de este síndrome son: la pérdida de ilusión por el trabajo, el agotamiento físico y emocional, las actitudes negativas hacia los estudiantes y, en determinados casos los sentimientos de culpa. Entre los principales antecedentes del estrés laboral se encuentran: Aumento de la población, mayor acceso a la educación, nuevas normativas legales, sobrecarga laboral, el sistema físico-tecnológico de la organización, estructuras burocratizadas, normas ambiguas, cambios en la concepción del trabajo docente, nuevas tecnologías, las características del sistema social-interpersonal, disfunciones de rol, falta de apoyo del entorno familiar, conflictos entre docentes.

En nuestros días, la eficacia y los resultados en la educación se miden por la calidad del servicio que se entrega. El estrés laboral es un fenómeno que afecta directamente la eficacia y la eficiencia de la organización escolar, produciendo absentismo laboral, licencias médicas y disminuyendo la productividad de la misma. Ésta enfermedad, además, contribuye al deterioro de la calidad de vida laboral en el colectivo de los docentes, situación que inevitablemente conlleva repercusiones negativas sobre la educación y la sociedad en general.

En cuanto a la necesidad de abordar este tema, desde el punto de vista educativo, investigar sobre el estrés laboral nos resulta una obligación ética y moral, por cuanto la educación constituye hoy en día un referente importante a partir del cual se estructuran las sociedades. La eficacia, la efectividad y la calidad son conceptos claves que hoy envuelven la discusión sobre la educación. Esta calidad se estructura a partir de un pilar fundamental, los docentes, por lo tanto su salud física y mental deben ser de preocupación esencial dada la relevancia de su trabajo en la formación de las nuevas generaciones. Desde una mirada laboral y jurídica, indagar sobre el estrés laboral es también una necesidad inaplazable, por cuanto esta enfermedad comienza a convertirse en un problema de gran relevancia. De hecho, muchos

expertos en materia laboral y sanitaria, especialmente en países hispanoparlantes como España y México, han reclamado el reconocimiento de este síndrome como una dolencia profesional. Por lo anterior, la necesidad de contar con estudios científicos sobre este fenómeno resulta imprescindible para discutir con fundamentos esta nueva problemática, en aras de un posible reconocimiento como enfermedad laboral.

Sintetizando, los profesores actualmente se encuentran sometidos a constantes presiones que provienen desde distintos ámbitos de la sociedad. Esta situación genera en ellos una serie de actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional, además, de un evidente agotamiento emocional. Toda esta situación afecta directamente la calidad del servicio docente. Por lo anterior, le interesa al equipo investigador responder a las siguientes interrogantes:

- ¿De qué manera el estrés se relaciona con el aprendizaje significativo?
- ¿En qué nivel de estrés laboral se encuentran los docentes de la I.E. José Carlos Mariátegui?
- ¿Qué factores ocasionan el estrés en los docentes de I.E José Carlos Mariátegui?

En el capítulo I, se trabaja el problema de investigación, el planteamiento del problema en base al estrés docente y los objetivos de acuerdo a la problemática encontrada con respecto a este tema, para su respectiva orientación durante todo el desarrollo del trabajo de investigación.

En el capítulo II, se presenta el Marco Teórico en base a referencias de ahí que los autores fundamentan las teorías del estrés, teniendo en cuenta las consecuencias que ocasionan en los docentes.

En el capítulo III, se muestra el Marco Metodológico de la investigación, precisando las variables, la población y muestra de estudio, asimismo las técnicas e instrumentos de investigación que se usaron en la investigación.

En el capítulo IV, concierne a los resultados de la aplicación del instrumento, luego del recojo de información prueba de aprendizaje y la encuesta, debidamente analizados y estructurados estadísticamente, para establecer la relación existente entre las variables de manera que permitió contrastar las hipótesis, conclusiones y sugerencias en base a los resultados obtenidos del análisis de las variables. Finalmente se exponen las referencias bibliográficas consultadas en todo el proceso de investigación.

## ÍNDICE

	Pág.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iv
Presentación	v
Resumen	vi
Abstract	vii
Introducción	viii
Índice	xii
Tablas	xv
Figuras	xvi

### CAPÍTULO I PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1	Planteamiento del problema	02
1.2	Formulación del problema	03
1.2.1	Problema general	03
1.2.2	Problemas Específicos	03
1.3	Justificación	04
1.4	Limitaciones	06
1.5	Antecedentes	06
1.5.1	Antecedentes internacionales	06
1.5.2	Antecedentes nacionales	08
1.6	Objetivos	10
1.6.1.	Objetivo General	10
1.6.2.	Objetivos Específicos	10

### CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO

2.1	Bases teóricas	12
2.1.1	Etimología del Estrés,	12
2.1.2	Definición de estrés	12
2.1.3	Historia del estrés	13

2.1.4	Fases o niveles de estrés	18
2.1.5	Causas de estrés	19
2.1.6	Síntomas del estrés	20
2.1.7	Tipos del estrés	21
2.1.8	Consecuencias del estrés	22
2.1.9	Enfermedades estrés	22
2.1.10	Estrés laboral	22
2.1.11	Enfermedades derivadas del estrés ocupacional	24
2.1.12	Estrés y actividad profesional	25
2.1.13	Manejo del estrés laboral	25
2.1.14	Las causas más comunes del estrés	30
2.1.15	¿Cómo prevenir el estrés?	35
2.1.16	Consecuencias del estrés	40
2.1.17	El docente	41
2.1.18	El desempeño docente	41
2.1.19	Bases teóricas del aprendizaje significativo de los estudiantes	42
2.1.20	Definición de términos básicos.	44

### **CAPÍTULO III MARCO METODOLÓGICO**

3.1	Hipótesis	48
3.1.1	Hipótesis General	48
3.1.2	Hipótesis Específica	48
3.2	Variables	49
3.2.1	Definición conceptual	49
3.2.2	Definición operacional	52
3.3	Metodología	54
3.3.1	Tipo de estudio	54
3.3.2	Diseño de la investigación	54
3.4	Población y muestra	55
3.4.1	Población	55
3.4.2	Muestra	56

3.5	Método de investigación	56
3.6	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	57
3.6.1	Técnica	57
3.6.2	Instrumentos	57
3.6.3	Validez y confiabilidad del instrumento	58
3.7	Método de análisis de datos	59

## **CAPÍTULO IV RESULTADOS**

4.1	Descripción	62
4.1.1	Análisis descriptivo	62
4.1.2	Contrastación de hipótesis (Prueba de Hipótesis)	64
4.2	Discusión	74

CONCLUSIONES	78
--------------	----

SUGERENCIAS	80
-------------	----

REFERENCIABIBLIOGRÁFICA	83
-------------------------	----

## **ANEXOS**

Anexo 1: operacionalización de la variable estrés laboral	85
---	----

Anexo 2: operacionalización de variables aprendizaje significativo	86
--	----

Anexo 3: Matriz de consistencia	88
---------------------------------	----

## INDICE DE TABLAS

		Pág.
Tabla 1	Definición operacional de la variable estrés laboral	53
Tabla 2	Definición operacional de la variable aprendizaje significativo	54
Tabla 3	Población de docentes de la I.E N° 0152 JCM de SJL	56
Tabla 4	Resumen del procesamiento de los casos	59
Tabla 5	Escala de likert	62
Tabla 6	Resultados de la encuesta sobre estrés laboral de los docentes de la I.E. N° 0152 JCM de SJL	63
Tabla 7	Resultados de la encuesta sobre estrés laboral de los docentes de la I.E. N° 0152JCM de SJL	63
Tabla 8	Estadísticos descriptivos	64
Tabla 9	Estadísticos de muestras relacionadas	65
Tabla 10	Prueba de muestras relacionadas	66
Tabla 11	Correlación entre variables Estrés y aprendizaje	67
Tabla 12	Correlación entre variable aprendizaje y desgaste emocional	68
Tabla 13	Correlación entre variable aprendizaje y dimensión autoestima	69
Tabla 14	Correlación entre aprendizaje y disponibilidad de tiempo	70
Tabla 15	Correlación entre aprendizaje y emotividad del docente	71
Tabla 16	Correlación entre aprendizaje y alteración de conducta	72
Tabla 17	Correlaciones entre aprendizaje y desempeño del docente	73

## INDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1 Prueba de muestras relacionadas entre estrés laboral y aprendizaje significativa	66